

Gesundheitsförderndes Verpflegungsangebot in der Gemeinschaftsgastronomie

Präsentationen zur
Durchführung einer
Fachbegleitung

Impressum



In diesem Handbuch wird der Einfachheit halber meistens die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

Herausgeber

Berner Fachhochschule (BFH),
Fachbereich Gesundheit und
Institut für Sozial- und Präventiv-
medizin (ISPM), Universität Bern

Autoren

Stefan Siegenthaler (BFH)
und Sigrid Beer-Borst (BFH)

Forschungsprojekt

Gesund + Gut: Na Klar!
Massnahmen zur Senkung des
Salzkonsums bei Schweizer
Erwerbstätigen
[www.nfp69.ch/de/projekte/
wie-soll-sich-die-bevoelkerung-
gesund-ernaehren/projekt-
salzkonsum](http://www.nfp69.ch/de/projekte/wie-soll-sich-die-bevoelkerung-gesund-ernaehren/projekt-salzkonsum)

Gestaltung

Nadia Studer und Laura Biel

Finanzierung

Schweizerischer Nationalfonds,
Nationales Forschungsprogramm
NFP69 Gesunde Ernährung und
nachhaltige Lebensmittelproduktion,
Projekt Nr. 145149

Schweizerische Herzstiftung
Gesundheitskompetenzpreis 2016
der Allianz Gesundheitskompetenz

Zitierweise

Siegenthaler S + Beer-Borst S
Gesundheitsförderndes Verpfle-
gungsangebot in der Gemeinschafts-
gastronomie. Präsentationen zur
Durchführung einer Fachbegleitung.
Bern: Berner Fachhochschule und
Universität Bern, 1. Auflage 2017.

Hilfsmittel

Präsentationen

- + Präsentation 1 «Konzept-Treffen»
- + Präsentation 2 «Kick-off»
- + Präsentation 3 «Plan»
- + Präsentation 4 «Abschluss»

Konzept-Treffen

1

Inhalt

→ Ziel
Start und Planung
der Zusammenarbeit

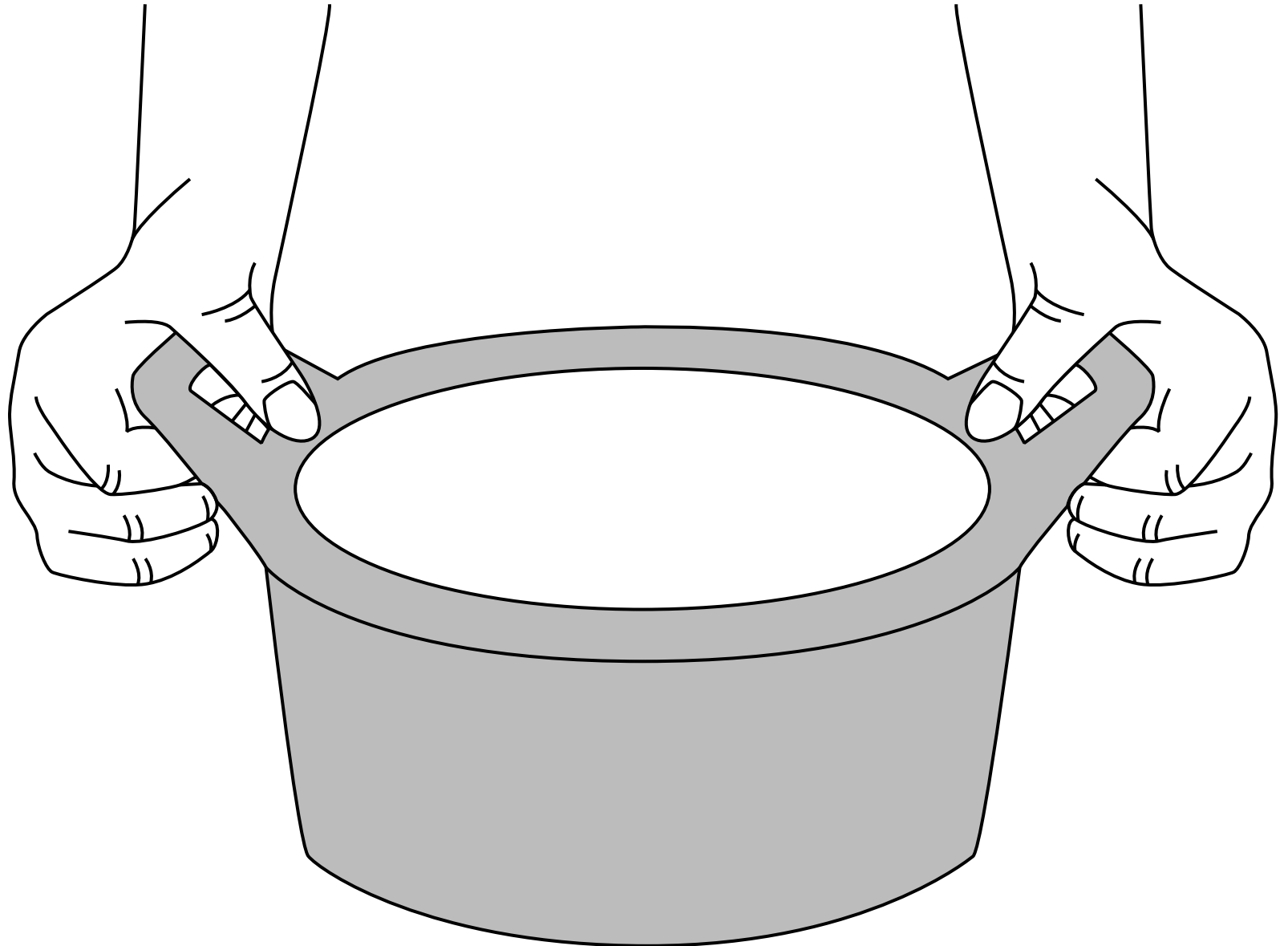
- + Gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie
- + Fachbegleitung
 - + Rollenklärung und Aufgabenteilung
 - + Situationsanalyse
 - + Projektplanung
 - + Projektgruppe
 - + Weiteres Vorgehen

Vorstellung Fachbegleiter

Ausbildung

Berufliche Tätigkeit oder Firma

Gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie



Hintergrund



Leitprinzipien der Gesundheitsförderung

Befähigung

Befähigung zu selbstbestimmtem Handeln

- + Speiseproduktion
- + Speiseauswahl

Chancengleichheit

Abwechslungsreiches und ausgewogenes Essen für alle

- + Verpflegungsangebot

Mitbestimmung, Beteiligung

Aktivitäten nicht für, sondern mit der Zielgruppe planen und umsetzen

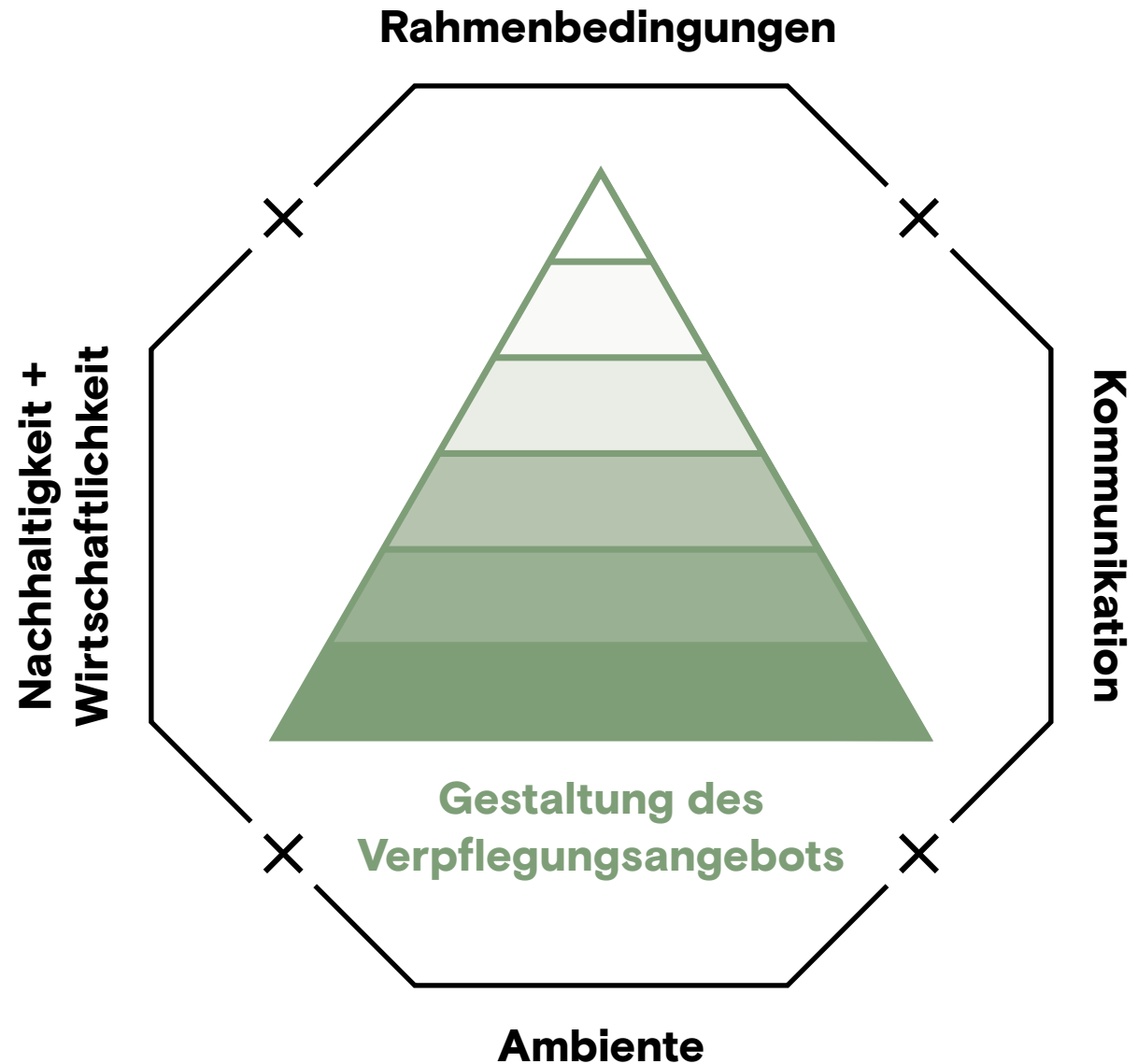
- + Gemeinsam Massnahmen entwickeln

«Lebenswelten» einbeziehen

Lebenswelten gesundheitsförderlicher gestalten

- + Kommunikation
- + Raum- und Zeitgestaltung

Schweizer Qualitätsstandards SQ GGG



Gestaltung Verpflegungsangebot

- + Abwechslungsreiche Menüplanung
 - + Abwechslungsreiches und ausgewogenes Lebensmittel- und Speiseangebot
 - + Ausgewogene Hauptmahlzeiten (Tellergerichte)
 - + Angepasste Portionsgrößen
 - + Zurückhaltender und bewusster Einsatz von Salz und salzhaltigen Würzmitteln
- Maximal 2,5 g Salz pro Person und Mahlzeit

Gestaltung Verpflegungsangebot



Massnahmen zur Salz-Reduktion

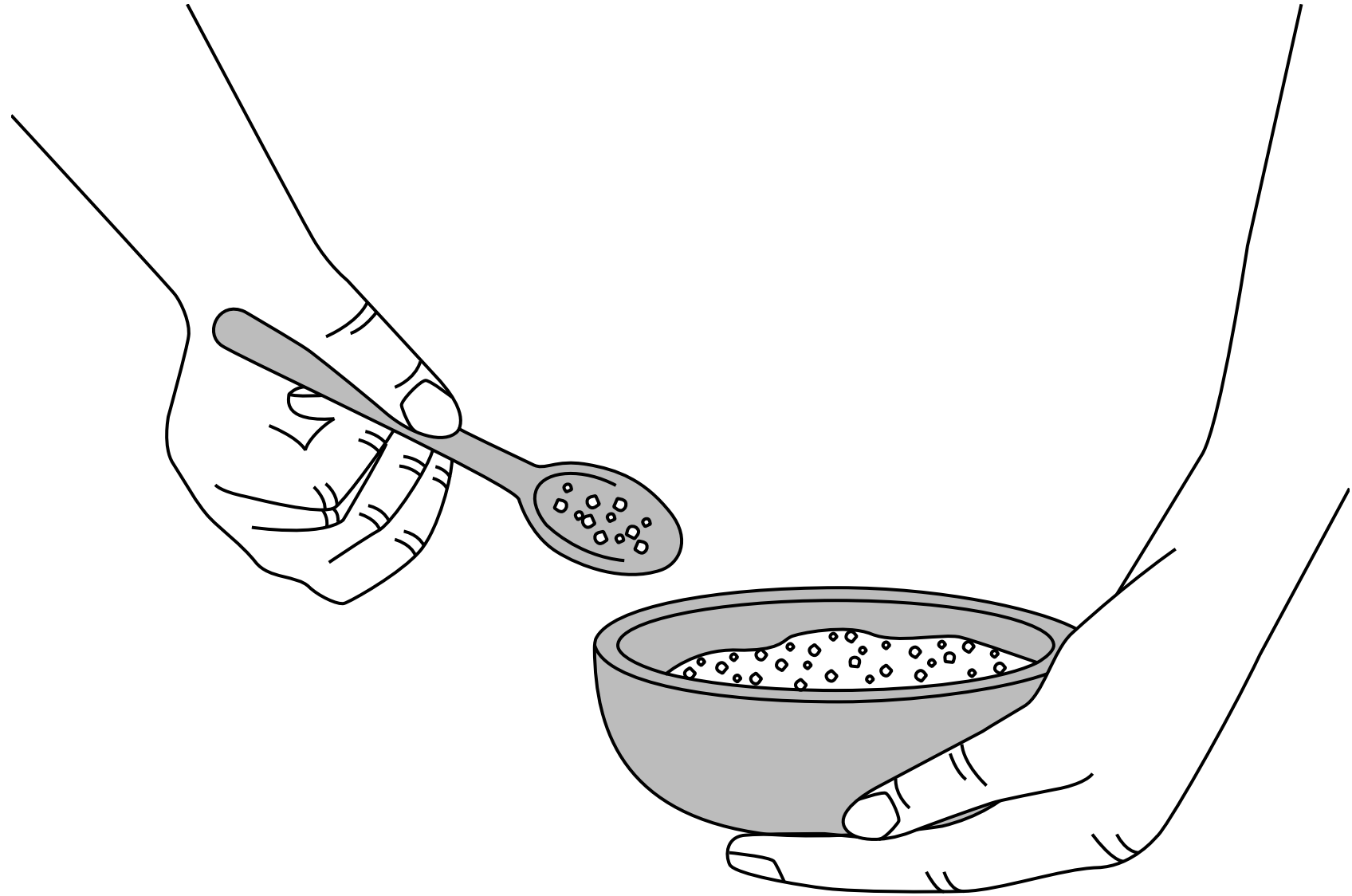
Salzoptimierte Speiseproduktion

→ Prozessvorgaben

Fachbegleitung

→ vor Ort

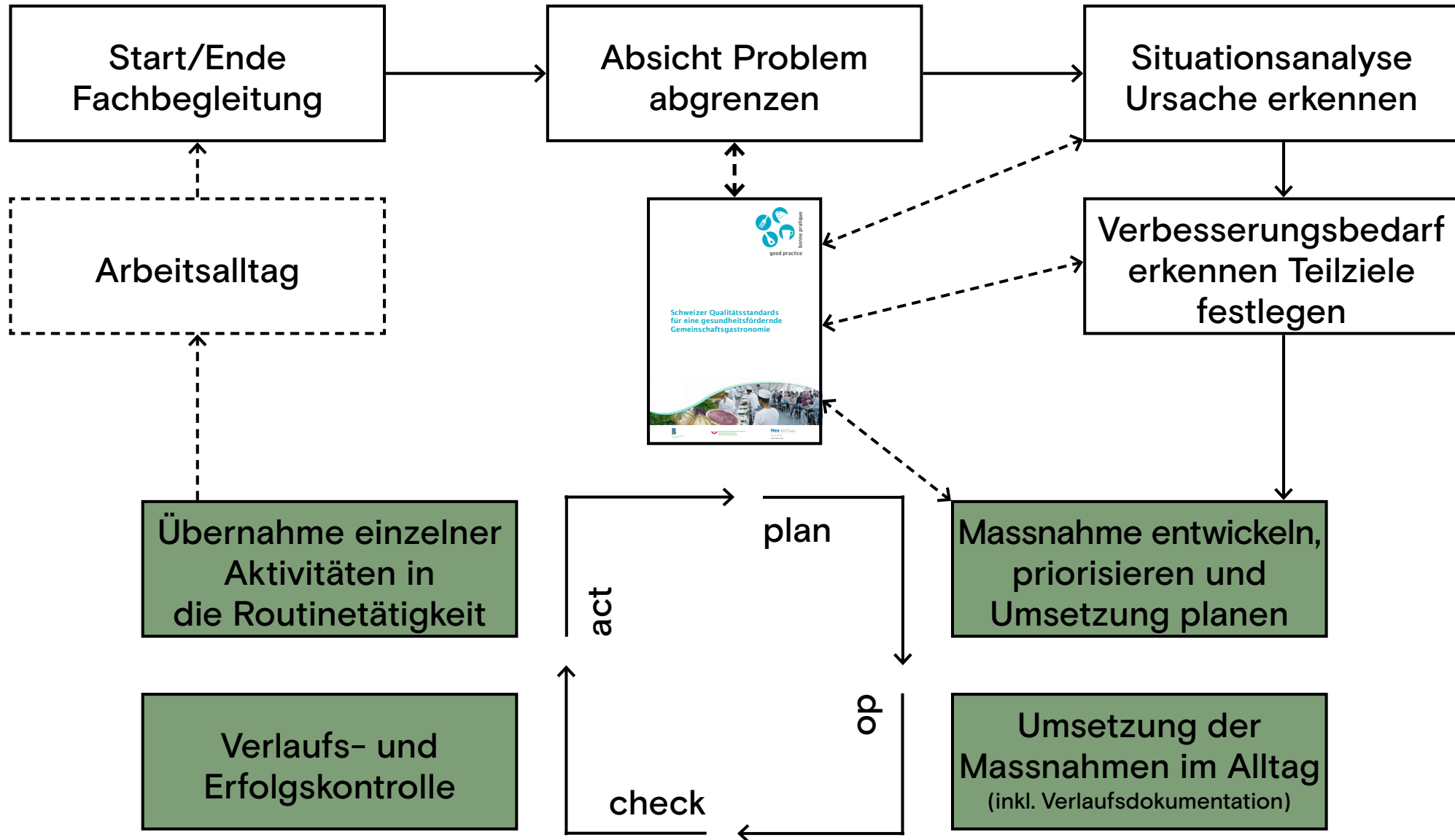
Fachbegleitung



Ziele Fachbegleitung

- + Schrittweise Reduktion des Salzgehaltes der servierten Speisen → 16 % Reduktion
- + Angebot von qualitativ abwechslungsreichen, ausgewogenen und schmackhaften Mittagsmahlzeiten
- + Bewusste und nachhaltige Umsetzung einer gesundheitsfördernden Gemeinschaftsgastronomie

Übersicht Fachbegleitung



Veränderungsphase

Schritt 1	+ Gemüse-Komponenten + Salate und Salatsaucen + Suppen
Schritt 2	+ Stärke-Komponenten + Vegetarische Gerichte
Schritt 3	+ Eiweiss-Komponenten (inkl. Saucengerichte) + Saucen
Schritt 4	+ Evaluation der getätigten Massnahmen + Übertragbare Massnahmen identifizieren + Nachhaltige Umsetzung

Plan-Workshops

→ Ziel

Festlegung von betriebsspezifischen Massnahmen zur Reduktion des Salzgehalts pro Mahlzeitenkomponente

Fokus auf

- + «Gute Herstellungspraxis»
- + Produktionsprozess, Rezepturen, Garmethoden
- + Ausgangsprodukte und mögliche Alternativen
- + IST-Situation
 - Verwendung Salz und salzhaltige Zutaten
- + Mögliche Massnahmen zur Salzoptimierung der Rezepte
- + Verzehrsempfehlungen und Portionengrössen
- + Speiseausgabe und Kommunikation mit dem Gast

Festlegung der Massnahmen

Schritt 1	Mögliche Massnahmen + Alle Ideen sind erlaubt + Brainstorming
Schritt 2	Priorisierung der Massnahmen + Welche Massnahmen sind <u>wichtig</u> ? + Welche Massnahmen sind <u>umsetzbar</u> ?
Schritt 3	Auswahl der Massnahmen + Festlegung der Massnahmen für Interventions-Schritt 1 + Hilfsmittel zur Dokumentation

Rollenklärung und Aufgabenteilung

GG-Betrieb/Küche	Fachbegleiter
<ul style="list-style-type: none">+ Erkennen des eigenen Verbesserungsbedarfs+ Definieren von Zielen und Teilzielen+ Entwicklung der Verbesserungsmaßnahmen+ Umsetzung der Verbesserungsmaßnahmen+ Verlaufs- und Erfolgskontrolle+ Nachhaltige Umsetzung	<ul style="list-style-type: none">+ Fachliche Begleitung+ Vorgabe der Projektstruktur+ Leitung von Besprechungen und Workshops+ Unterstützung beim Festlegen von Zielen und Teilzielen+ Teamdiskussion zur Entwicklung von Maßnahmen und Ergebniskriterien moderieren+ Unterstützung bei der Verlaufs- und Erfolgskontrolle

Situationsanalyse



Gesund + Gut: Na Klar! Hilfsmittel

Gesund + Gut: Na Klar! Hilfsmittel

Gesund + Gut: Na Klar! Hilfsmittel

Gesund + Gut: Na Klar!
 Fachbegleitung Hilfsmittel

Checkliste Ausgangslage

**Rahmenbedingungen und Situationsanalyse
 der Gemeinschaftsgastronomie (GG)**

Rahmenbedingungen	Vorhanden	Einschätzung des IST-Zustandes	Verbesserungs- bedarf
Initiant der Fachbegleitung	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Kontaktperson für Fachbegleiter	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Absicht der Fachbegleitung	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Eigen- oder Fremdregie	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Unternehmensleitbild	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Betriebliches Gesundheitsmanagement	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Massnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Bestehende Arbeitsgruppe oder Kommission	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Anspruchsgruppen	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Ressourcen (personelle, zeitliche, finanzielle etc.)	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Aus- und Weiterbildungsstand der GG-Mitarbeitenden	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Bereitschaft zur Reflexion	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Bereitschaft zur Veränderung	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Gästabefragungen	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Gästerückmeldungen (Wünsche, Erwartungen, Kritik)	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Rezepte oder Prozessvorgaben für die Speiseproduktion	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein		<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein

Projektplanung



Gesund + Gut: Na Klar!
 Fachbegleitung

Hilfsmittel

Leitfaden Projektplanung

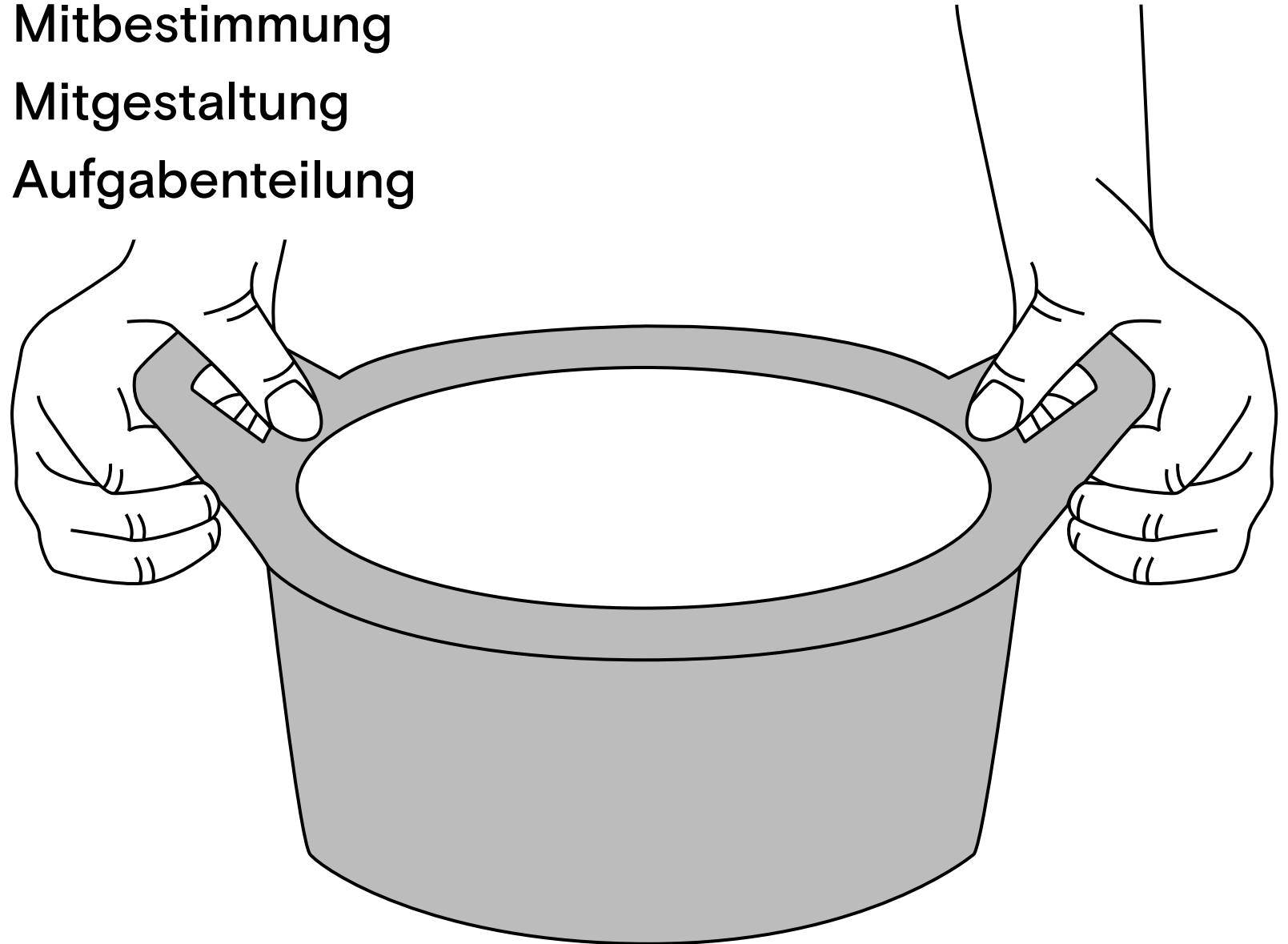
Involvierte Personen	Beschreibung	Kürzel
Fachbegleiter	Externe Ernährungsfachperson	FB
Leitung	Betriebsleiter, Leitung Küche, Leitung Restaurant, ggf. Vertretung des Caterers	LT
Mitarbeitende	Alle Mitarbeitenden aus Küche und Restaurant	MA
Projektgruppe	Vertretung der Leitung des GG-Betriebs und Auswahl an GG-Mitarbeitenden	PG

Beispiel Projektplanung			
Was	Wer	Wann	Dauer
Ausgangsphase			
Konzept-Treffen Start der Zusammenarbeit. Das übergeordnete Ziel der Fachbegleitung wird definiert. Ein erster grober Projektplan wird erarbeitet.	FB LT	Start	60-120 min
Situationsanalyse Erfassung der IST-Situation. Identifizierung möglicher Optimierungspunkte.	FB LT	Wo 1 bis Wo 3	1-6h
Kick-off Information der Mitarbeitenden über die Ausgangslage und Ziele der Fachbegleitung. Zusammenstellung der Projektgruppe.	FB MA LT	Wo 4	60min
Veränderungsphase (PDCA-Zyklus)			
Plan-Workshop Verbesserungsbedarf erkennen, Teilziele festlegen, Verbesserungsmaßnahmen entwickeln, Umsetzung planen, Fachvorträge halten.	FB PG	Wo 4 oder Wo 5	60-90 min
Do Umsetzung der Massnahmen im Alltag. Fördernde und hemmende Faktoren für die erfolgreiche Umsetzung dokumentieren.	PG MA	Wo 5 bis Wo 16	+/- 15h/Wo Total 3 Mo
Check-Workshop Regelmässig kurze Standortbestimmungen zur Verlaufskontrolle. Erfolgskontrolle der umgesetzten Massnahmen.	PG FB	alle 3-4 Wo	30 min
		Wo 16	60min
Act Erfolgreiche Massnahmen werden in die Routinetätigkeit übernommen. Neuer/bestehender Verbesserungsbedarf wird in einem nächsten Plan-Workshop aufgegriffen.	PG MA FB	ab Wo 16	
Abschlussphase			
Abschluss-Workshop Evaluation der Fachbegleitung durchführen. Nachhaltige Umsetzung des Verbesserungsprozesses einleiten.	FB PG LT		60-90 min
Um einen kontinuierlichen Verbesserungsprozess zu gewährleisten, wird der PDCA-Zyklus wiederholt durchlaufen. Jeder Durchlauf dauert ca. 3 Monate und definiert die Dauer der Fachbegleitung, z.B. ergeben sich bei 3 Durchläufen des PDCA-Zyklus eine Dauer von ca.11 Monaten.			

Erfolgreiche Umsetzung von Massnahmen

→ Ziel
Gastronomie als Teamleistung
Nachhaltige Umsetzung

- + Mitbestimmung
- + Mitgestaltung
- + Aufgabenteilung



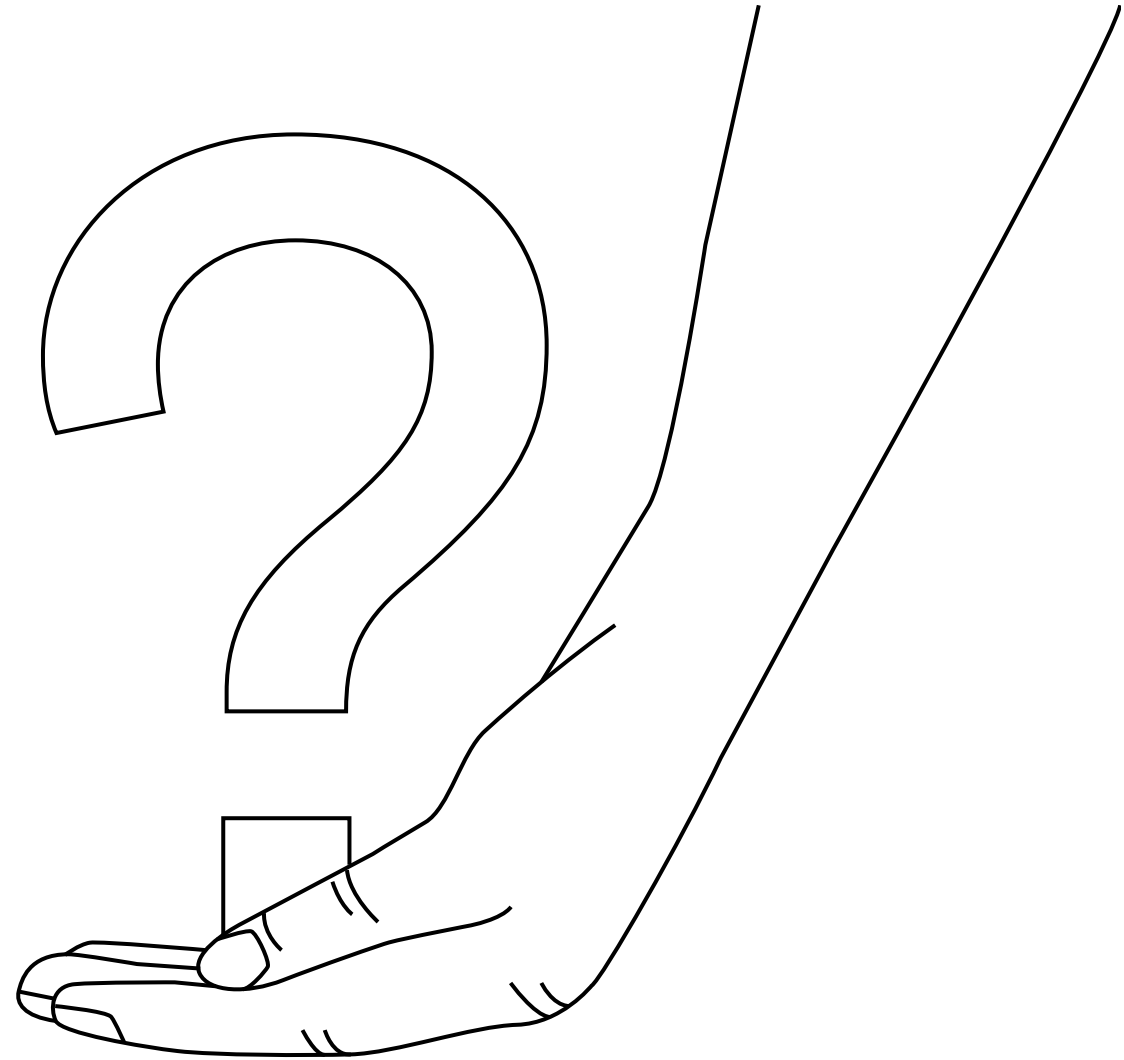
Projektgruppe

- + Ansprechperson für Koordination und Planung
- + Projektgruppe
 - + 1 Hauptansprechperson
 - + 1 verantwortliche Person pro Teilziel/Massnahme

Weiteres Vorgehen

- + Kick-off Mitarbeitende
- + Kommunikation
- + Plan-Workshop

Fragen



**Herzlichen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit**

Kick-off

Inhalt

→ Ziel
Gemeinsame Basis für
die Zusammenarbeit

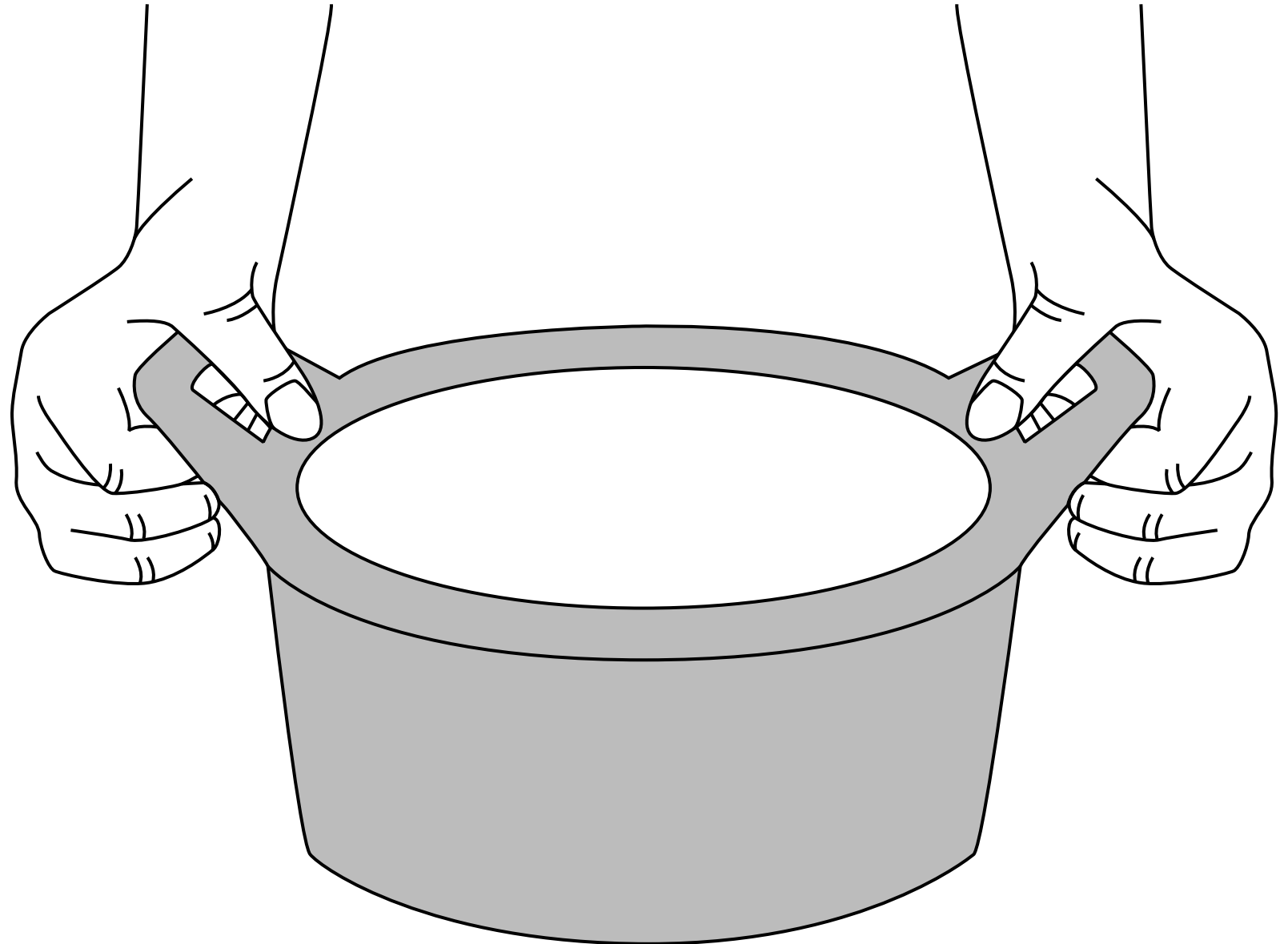
- + Gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie
- + Fachbegleitung
 - + Rollenklärung und Aufgabenteilung
 - + Ausgangslage
 - + Projektablauf
 - + Zusammenstellung Projektgruppe
 - + Weiteres Vorgehen

Vorstellung Fachbegleiter

Ausbildung

Berufliche Tätigkeit oder Firma

Gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie



Hintergrund



Leitprinzipien der Gesundheitsförderung

Befähigung

Befähigung zu selbstbestimmtem Handeln

- + Speiseproduktion
- + Speiseauswahl

Chancengleichheit

Abwechslungsreiches und ausgewogenes Essen für alle

- + Verpflegungsangebot

Mitbestimmung, Beteiligung

Aktivitäten nicht für, sondern mit der Zielgruppe planen und umsetzen

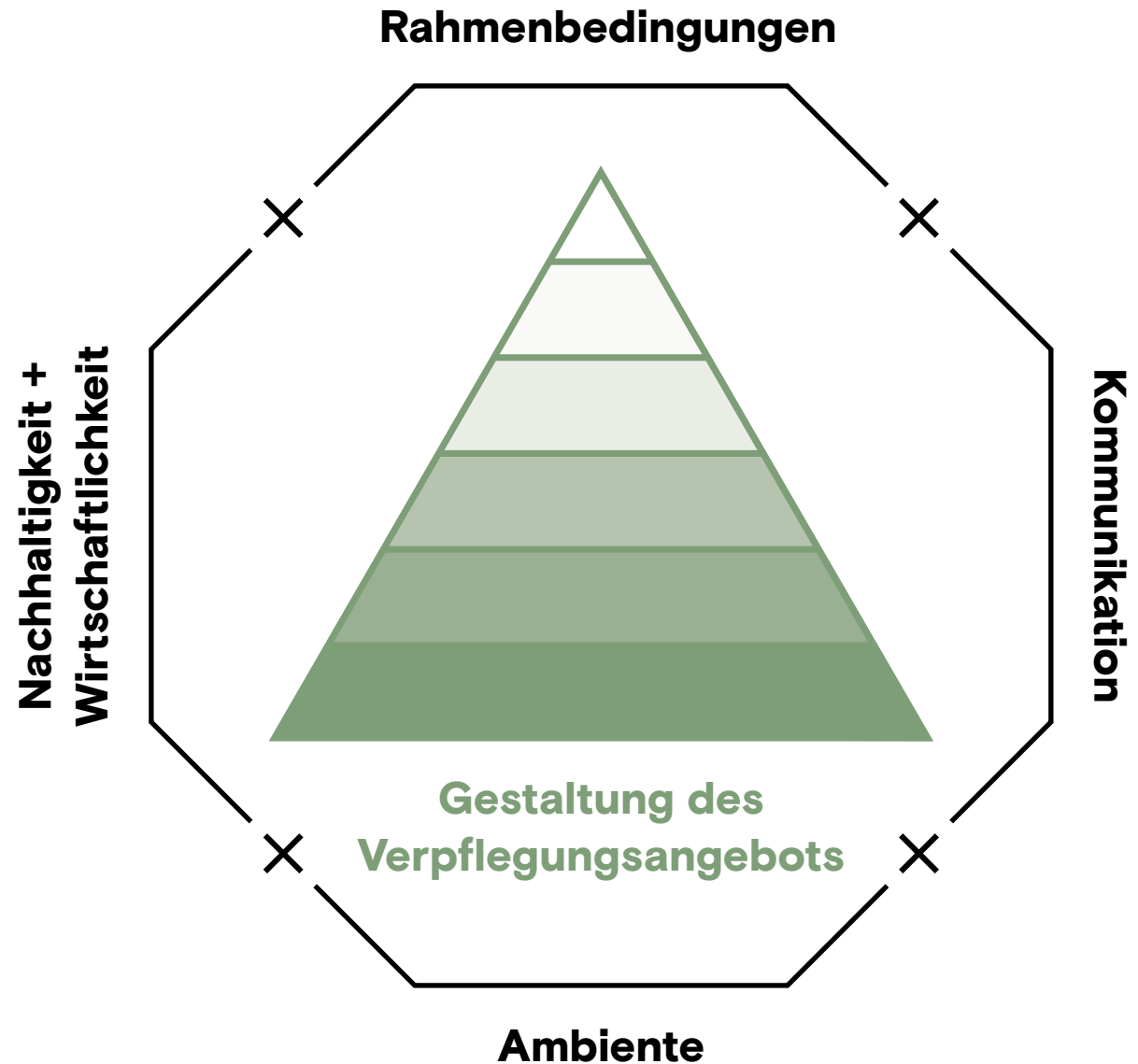
- + Gemeinsam Massnahmen entwickeln

«Lebenswelten» einbeziehen

Lebenswelten gesundheitsförderlicher gestalten

- + Kommunikation
- + Raum- und Zeitgestaltung

Schweizer Qualitätsstandards SQ GGG



Gestaltung Verpflegungsangebot

- + Abwechslungsreiche Menüplanung
- + Abwechslungsreiches und ausgewogenes Lebensmittel- und Speiseangebot
- + Ausgewogene Hauptmahlzeiten (Tellergerichte)
- + Angepasste Portionsgrößen
- + Zurückhaltender und bewusster Einsatz von Salz und salzhaltigen Würzmitteln
- Maximal 2,5 g Salz pro Person und Mahlzeit

Gestaltung Verpflegungsangebot



Massnahmen zur Salz-Reduktion

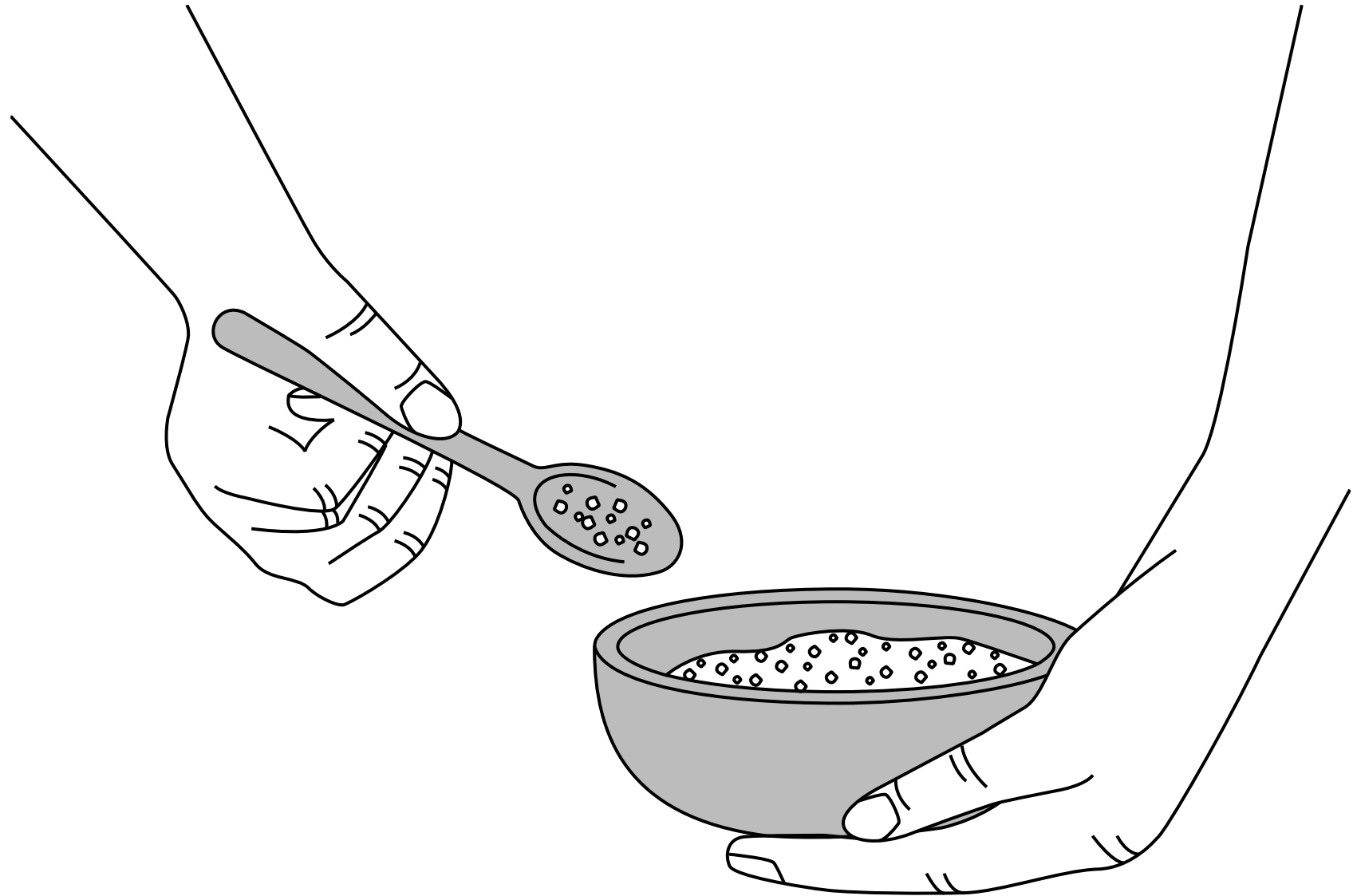
Salzoptimierte Speiseproduktion

→ Prozessvorgaben

Fachbegleitung

→ vor Ort

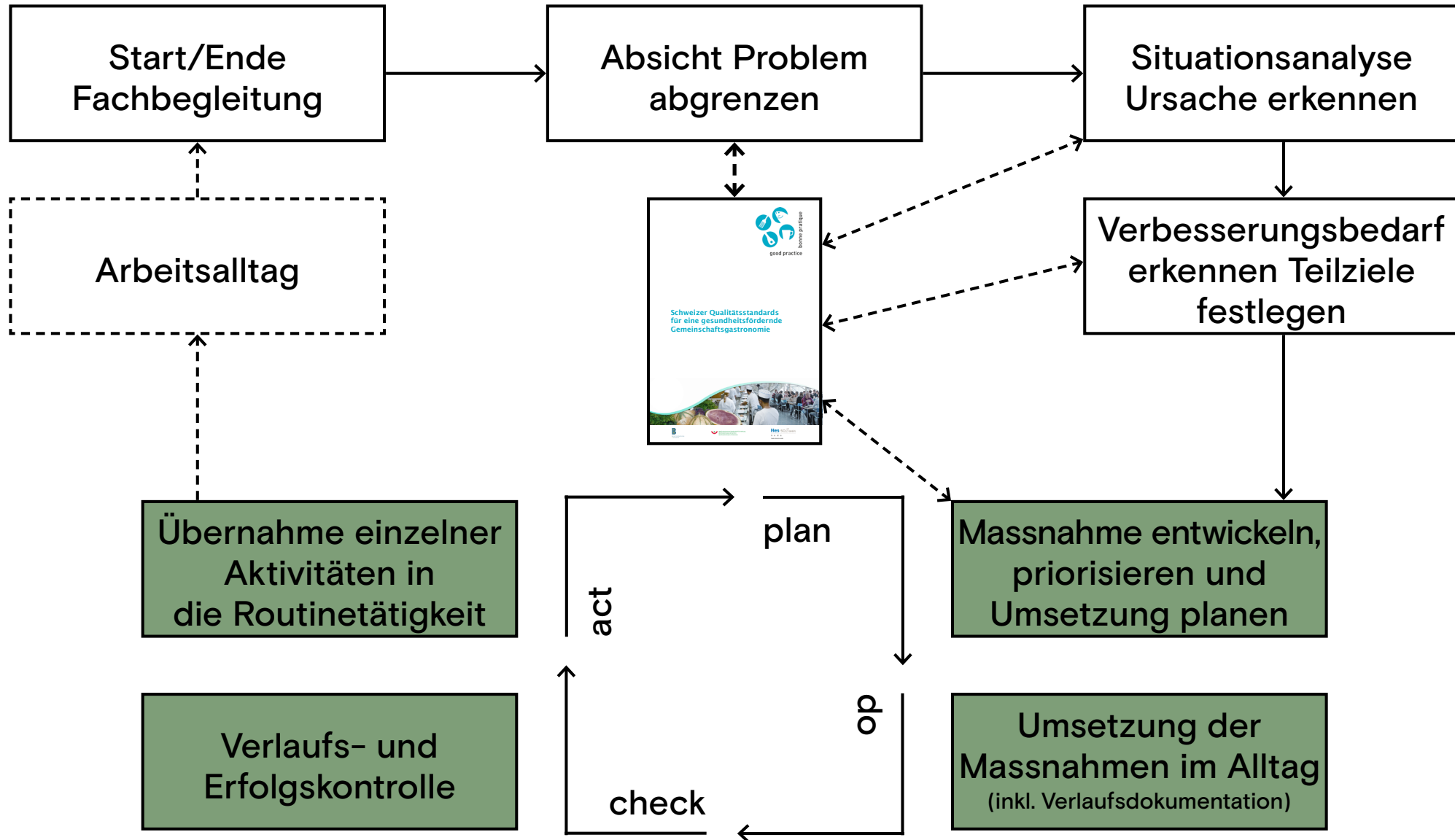
Fachbegleitung



Ziele Fachbegleitung

- + Schrittweise Reduktion des Salzgehaltes der servierten Speisen → 16 % Reduktion
- + Angebot von qualitativ abwechslungsreichen, ausgewogenen und schmackhaften Mittagsmahlzeiten
- + Bewusste und nachhaltige Umsetzung einer gesundheitsfördernden Gemeinschaftsgastronomie

Übersicht Fachbegleitung



Veränderungsphase

Schritt 1	+ Gemüse-Komponenten + Salate und Salatsaucen + Suppen
Schritt 2	+ Stärke-Komponenten + Vegetarische Gerichte
Schritt 3	+ Eiweiss-Komponenten (inkl. Saucengerichte) + Saucen
Schritt 4	+ Evaluation der getätigten Massnahmen + Übertragbare Massnahmen identifizieren + Nachhaltige Umsetzung

Plan-Workshops

→ Ziel

Festlegung von betriebsspezifischen Massnahmen zur Reduktion des Salzgehalts pro Mahlzeitenkomponente

Fokus auf

- + «Gute Herstellungspraxis»
- + Produktionsprozess, Rezepturen, Garmethoden
- + Ausgangsprodukte und mögliche Alternativen
- + IST-Situation
 - Verwendung von Salz und salzhaltigen Zutaten
- + Mögliche Massnahmen zur Salzoptimierung der Rezepte
- + Verzehrsempfehlungen und Portionengrössen
- + Speiseausgabe und Kommunikation mit dem Gast

Festlegung der Massnahmen

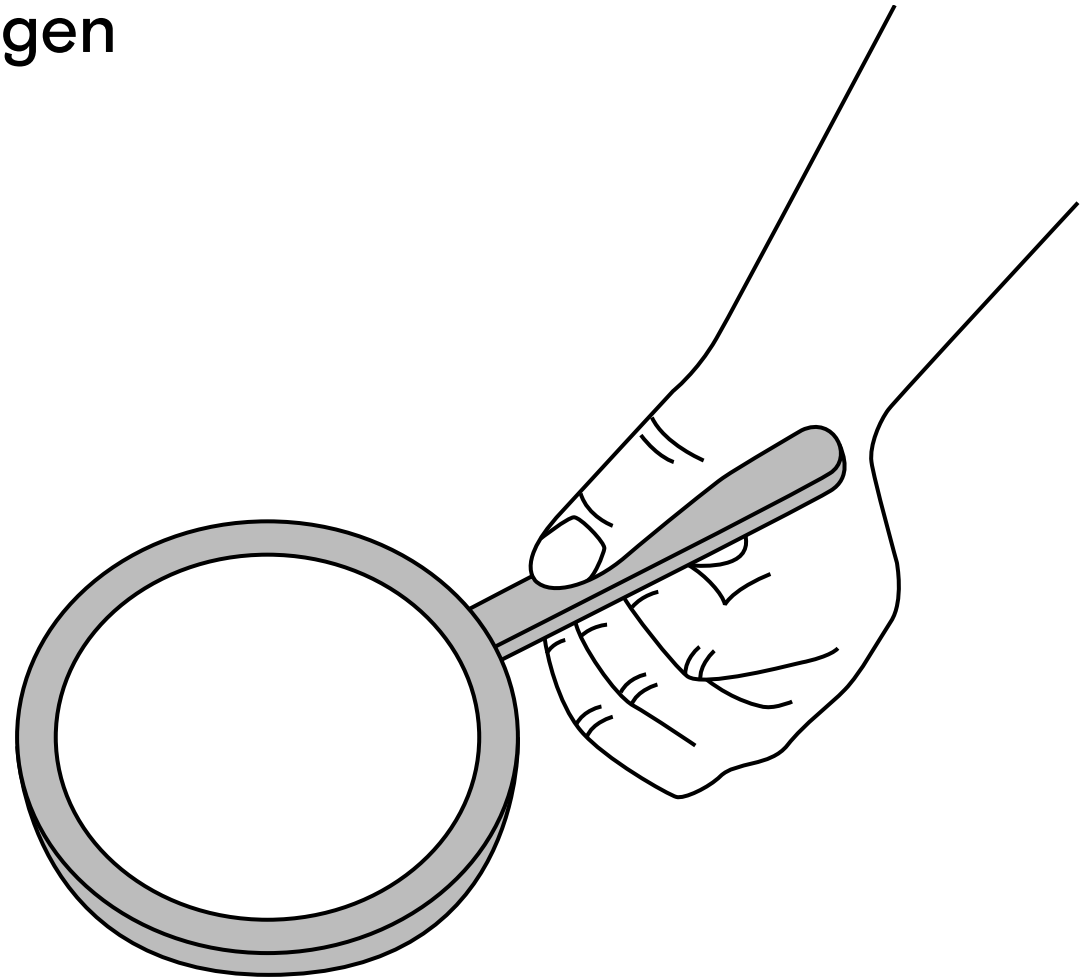
Schritt 1	Mögliche Massnahmen + Alle Ideen sind erlaubt + Brainstorming
Schritt 2	Priorisierung der Massnahmen + Welche Massnahmen sind <u>wichtig</u> ? + Welche Massnahmen sind <u>umsetzbar</u> ?
Schritt 3	Auswahl der Massnahmen + Festlegung der Massnahmen für Interventions-Schritt 1 + Hilfsmittel zur Dokumentation

Rollenklärung und Aufgabenteilung

GG-Betrieb/Küche	Fachbegleiter
<ul style="list-style-type: none">+ Erkennen des eigenen Verbesserungsbedarfs+ Definieren von Zielen und Teilzielen+ Entwicklung der Verbesserungsmaßnahmen+ Umsetzung der Verbesserungsmaßnahmen+ Verlaufs- und Erfolgskontrolle+ Nachhaltige Umsetzung	<ul style="list-style-type: none">+ Fachbegleitung+ Vorgabe der Projektstruktur+ Leitung von Besprechungen und Workshops+ Unterstützung beim Festlegen von Zielen und Teilzielen+ Teamdiskussion zur Entwicklung von Maßnahmen und Ergebniskriterien moderieren+ Unterstützung bei der Verlaufs- und Erfolgskontrolle

Ausgangslage

- + Rahmenbedingungen
- + Situationsanalyse



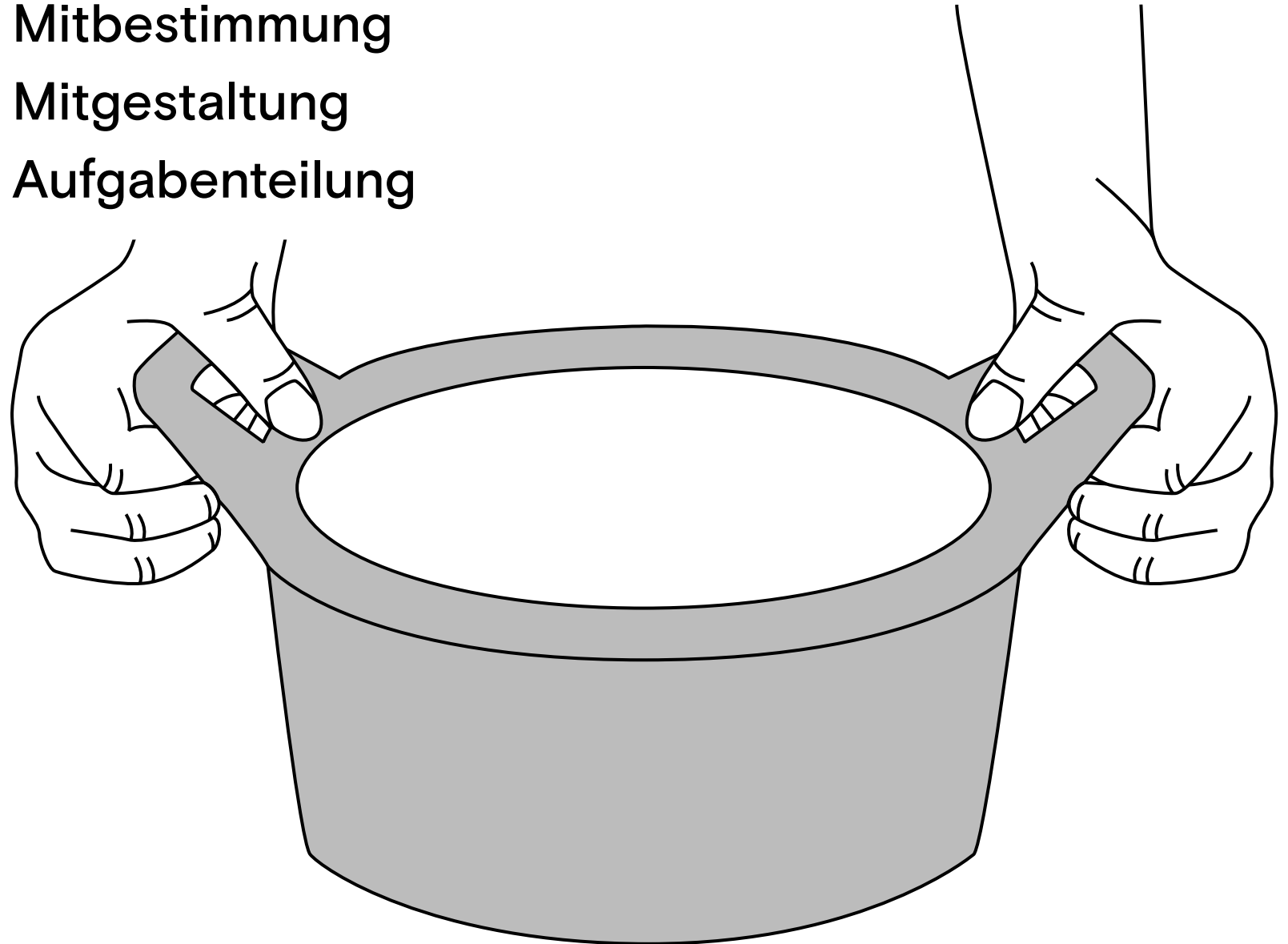
Projekttablauf

- + Übergeordnetes Ziel
- + Meilensteine
- + Termine

Erfolgreiche Umsetzung von Massnahmen

→ Ziel
Gastronomie als Teamleistung
Nachhaltige Umsetzung

- + Mitbestimmung
- + Mitgestaltung
- + Aufgabenteilung



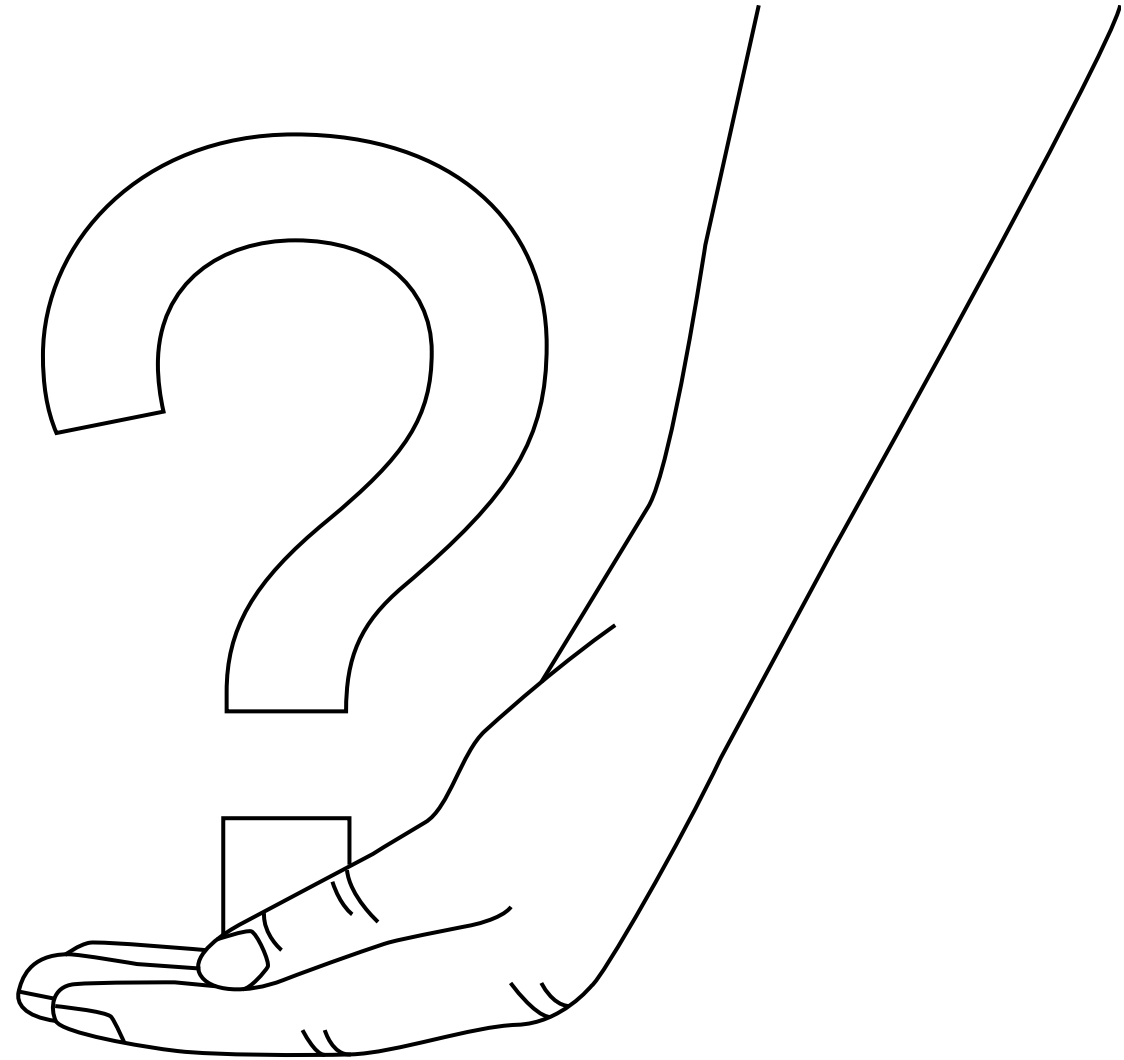
Zusammenstellung Projektgruppe

- + Ansprechperson für Koordination und Planung
- + Projektgruppe
 - + 1 Hauptansprechperson
 - + 1 verantwortliche Person pro Teilziel/Massnahme

Weiteres Vorgehen

- + Kommunikation
- + Plan-Workshop

Fragen



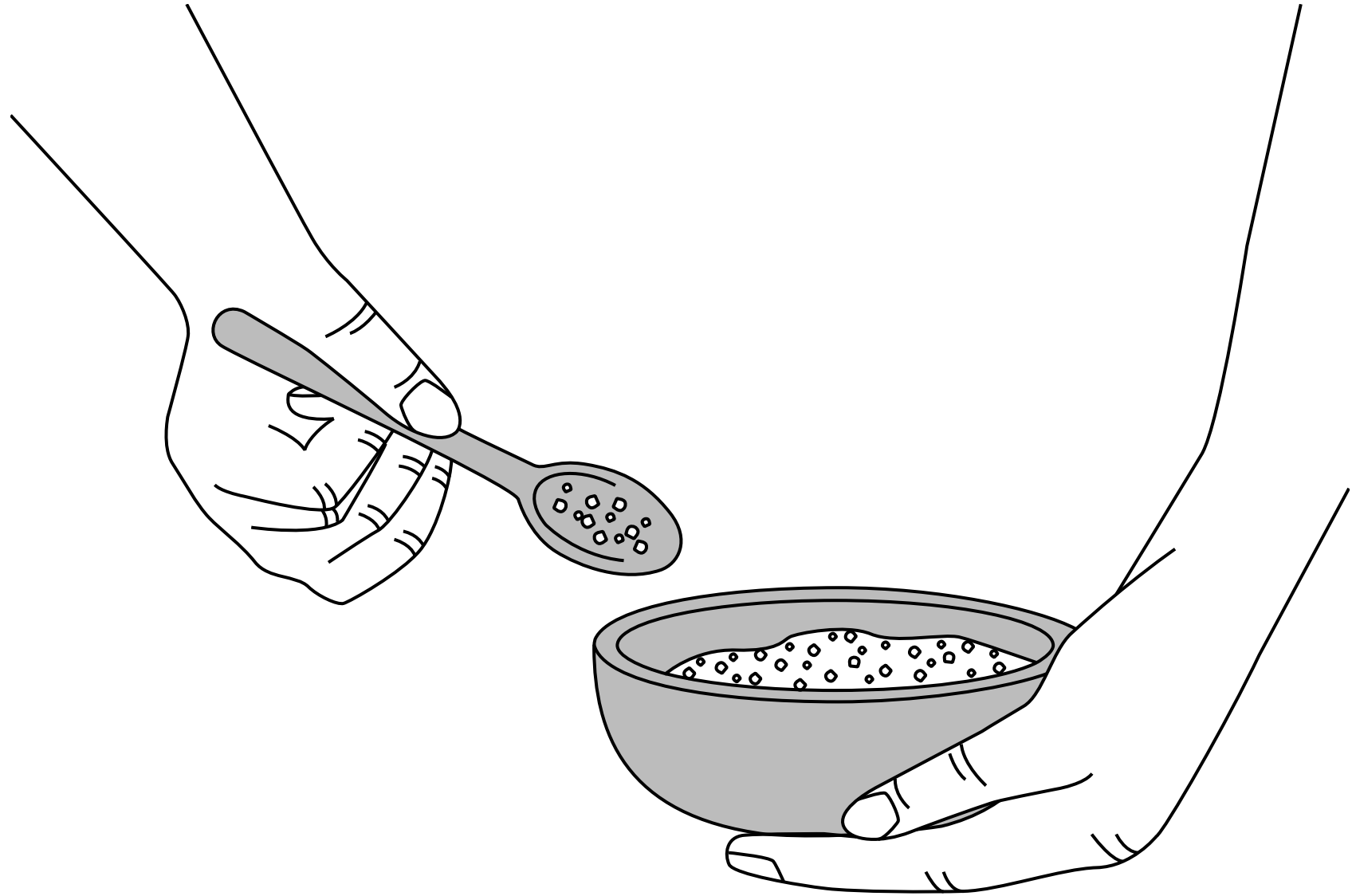
**Herzlichen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit**

Plan-Workshop

Inhalt

- + Fachbegleitung
- + Veränderungsphase
- + Planung Verbesserungsmaßnahmen
 - + Festlegung
 - + Umsetzung

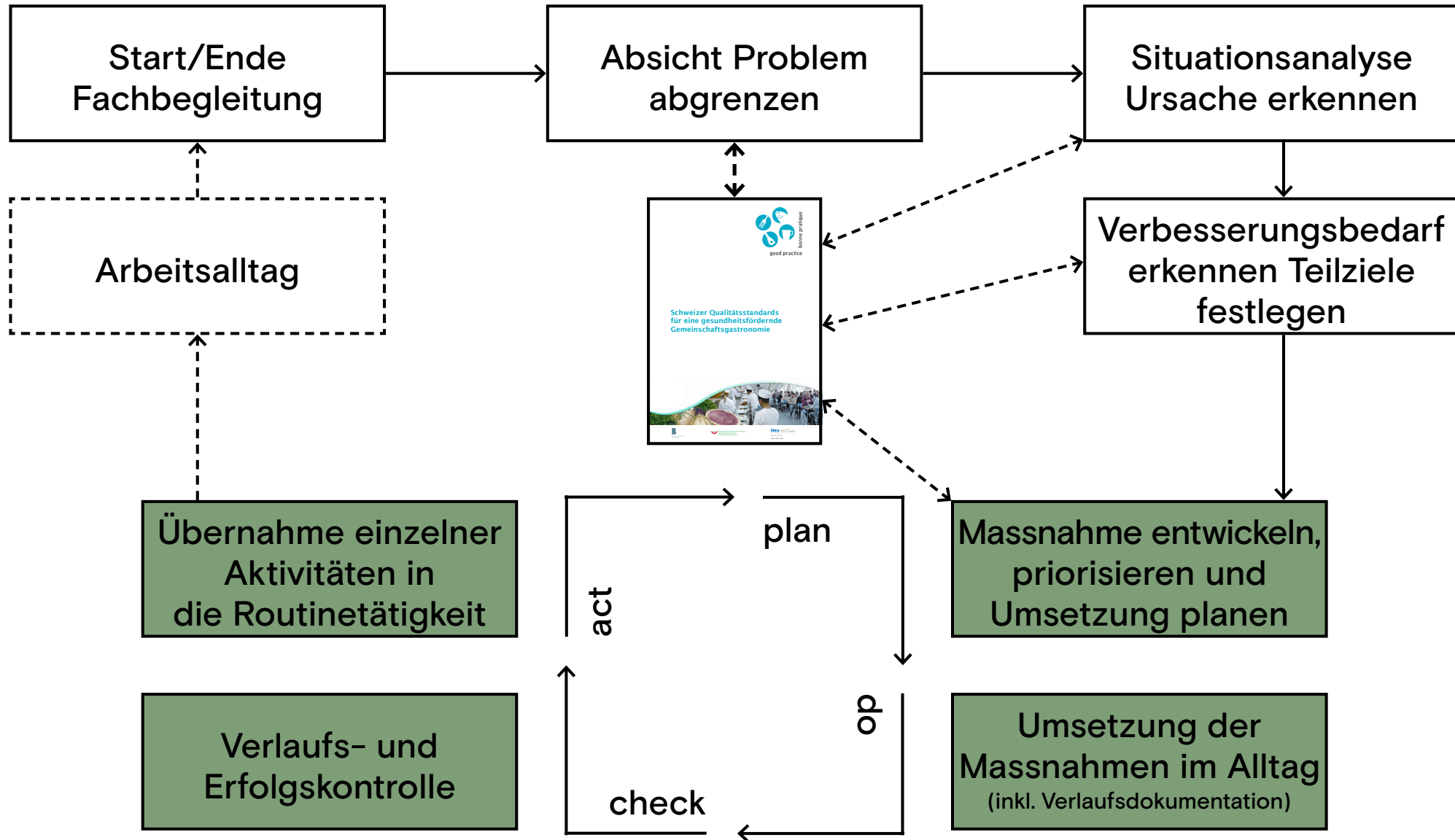
Fachbegleitung



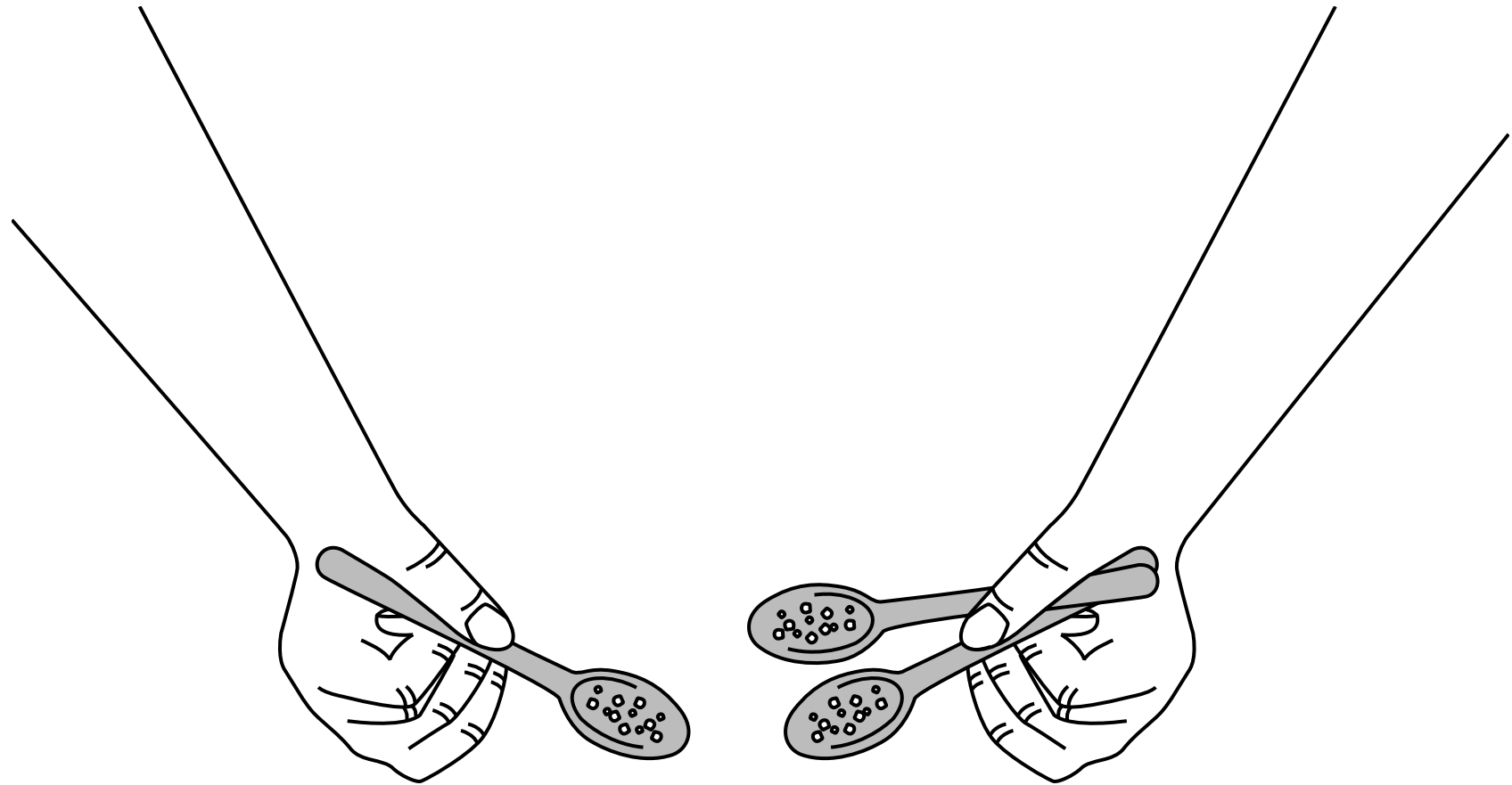
Ziele Fachbegleitung

- + Schrittweise Reduktion des Salzgehaltes der servierten Speisen → 16 % Reduktion
- + Angebot von qualitativ abwechslungsreichen, ausgewogenen und schmackhaften Mittagsmahlzeiten
- + Bewusste und nachhaltige Umsetzung einer gesundheitsfördernden Gemeinschaftsgastronomie

Übersicht Fachbegleitung



Veränderungsphase



Veränderungsphase

Schritt 1	+ Gemüse-Komponenten + Salate und Salatsaucen + Suppen
Schritt 2	+ Stärke-Komponenten + Vegetarische Gerichte
Schritt 3	+ Eiweiss-Komponenten (inkl. Saucengerichte) + Saucen
Schritt 4	+ Evaluation der getätigten Massnahmen + Übertragbare Massnahmen identifizieren + Nachhaltige Umsetzung

Plan-Workshops

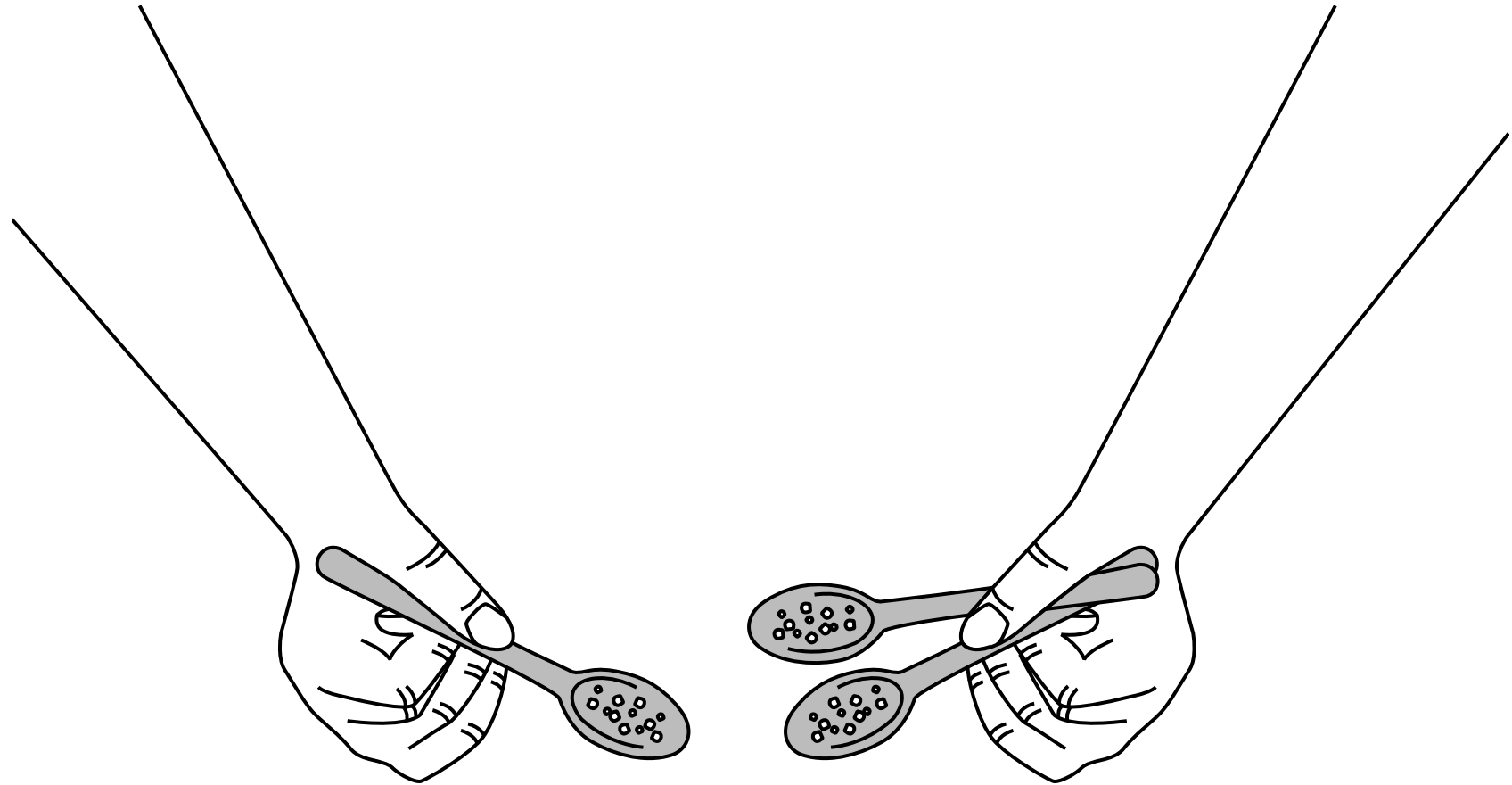
→ Ziel

Festlegung von betriebsspezifischen Massnahmen zur Reduktion des Salzgehalts pro Mahlzeitenkomponente

Fokus auf

- + «Gute Herstellungspraxis»
- + Produktionsprozess, Rezepturen, Garmethoden
- + Ausgangsprodukte und mögliche Alternativen
- + IST-Situation
 - Verwendung von Salz und salzhaltigen Zutaten
- + Mögliche Massnahmen zur Salzoptimierung der Rezepte
- + Verzehrsempfehlungen und Portionengrössen
- + Speiseausgabe und Kommunikation mit dem Gast

Planung Verbesserungsmaßnahmen



Festlegung der Massnahmen

Schritt 1	Mögliche Massnahmen + Alle Ideen sind erlaubt + Brainstorming
Schritt 2	Priorisierung der Massnahmen + Welche Massnahmen sind <u>wichtig</u> ? + Welche Massnahmen sind <u>umsetzbar</u> ?
Schritt 3	Auswahl der Massnahmen + Festlegung der Massnahmen für Interventions-Schritt 1 + Hilfsmittel zur Dokumentation

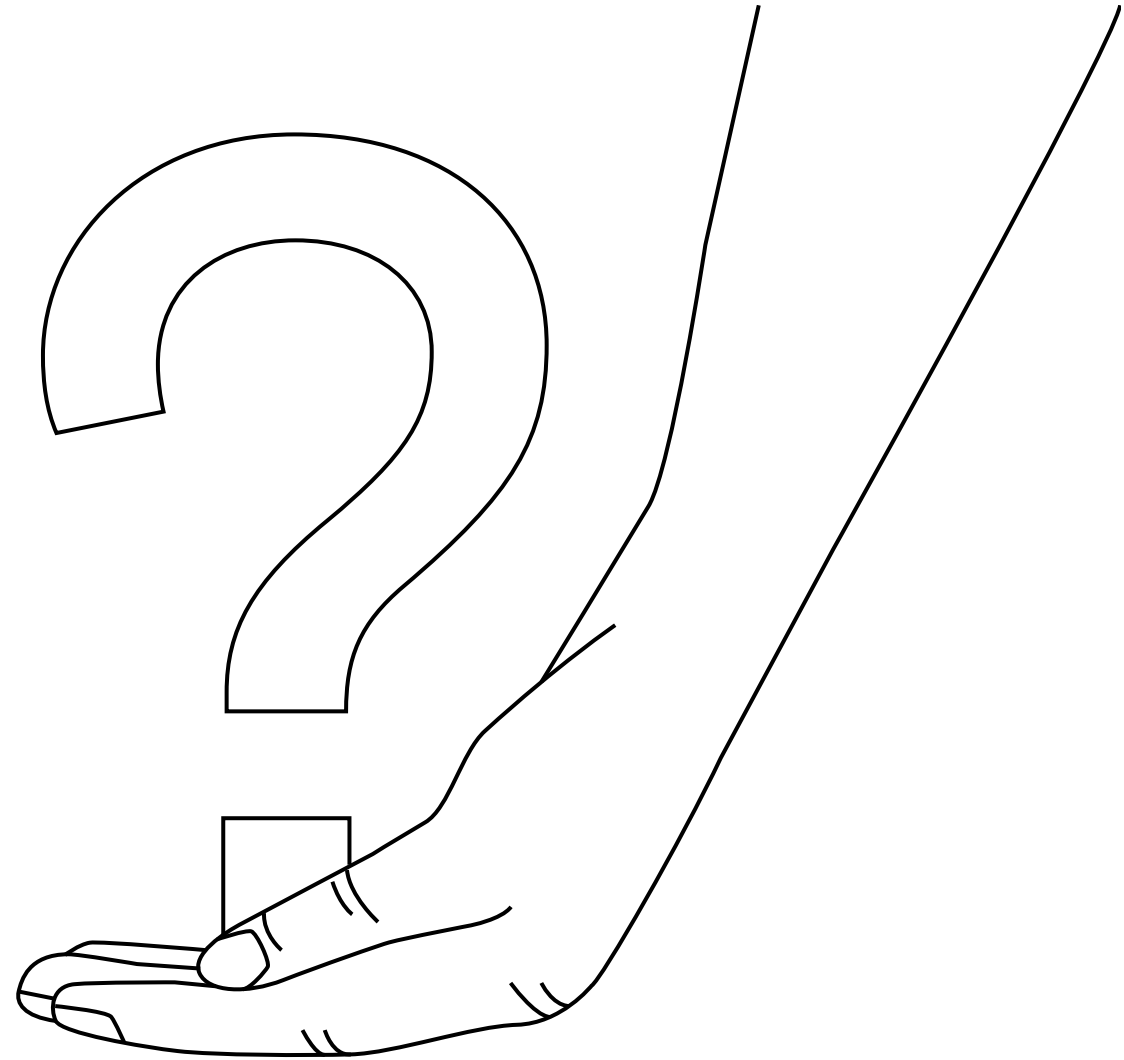
Umsetzung der Massnahmen

Schritt 1	Produktions-Checkliste IST-Situation
Schritt 2	IST-Situation Verwendung Salz
Schritt 3	Umsetzung der Massnahmen zur Salzreduktion
Schritt 4	Dokumentation
Schritt 5	Entnahme Lebensmittelprobe

Umsetzungsplanung

- + Ergebniskriterien
- + Dokumentation
- + Verantwortliche Person(en)
- + Verlaufs- und Erfolgskontrolle
- + Termin Check-Workshop

Fragen



**Herzlichen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit**

Abschluss-Workshop

4

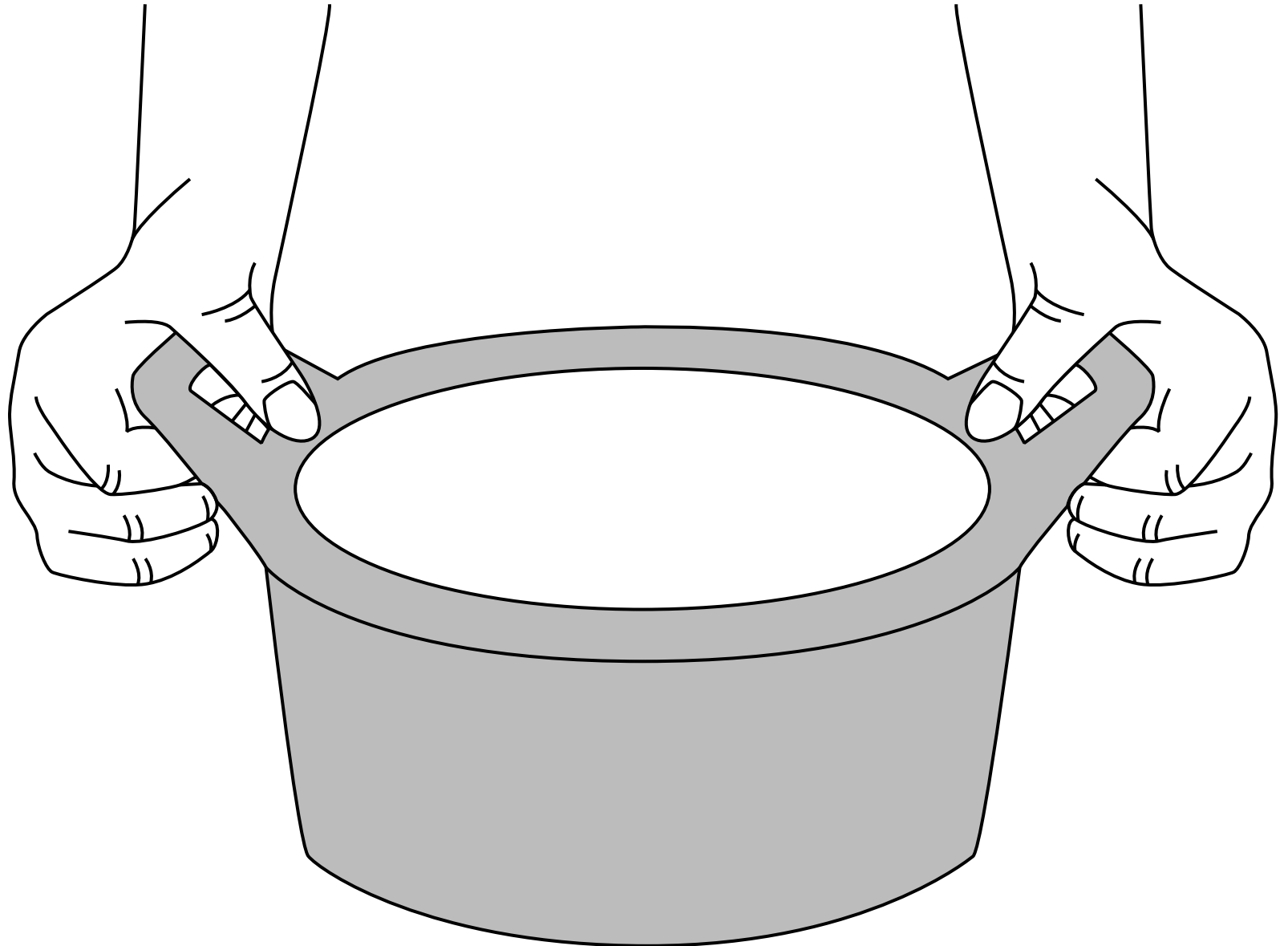
Inhalt

→ Ziel
Evaluation der Fachbe-
gleitung durchführen

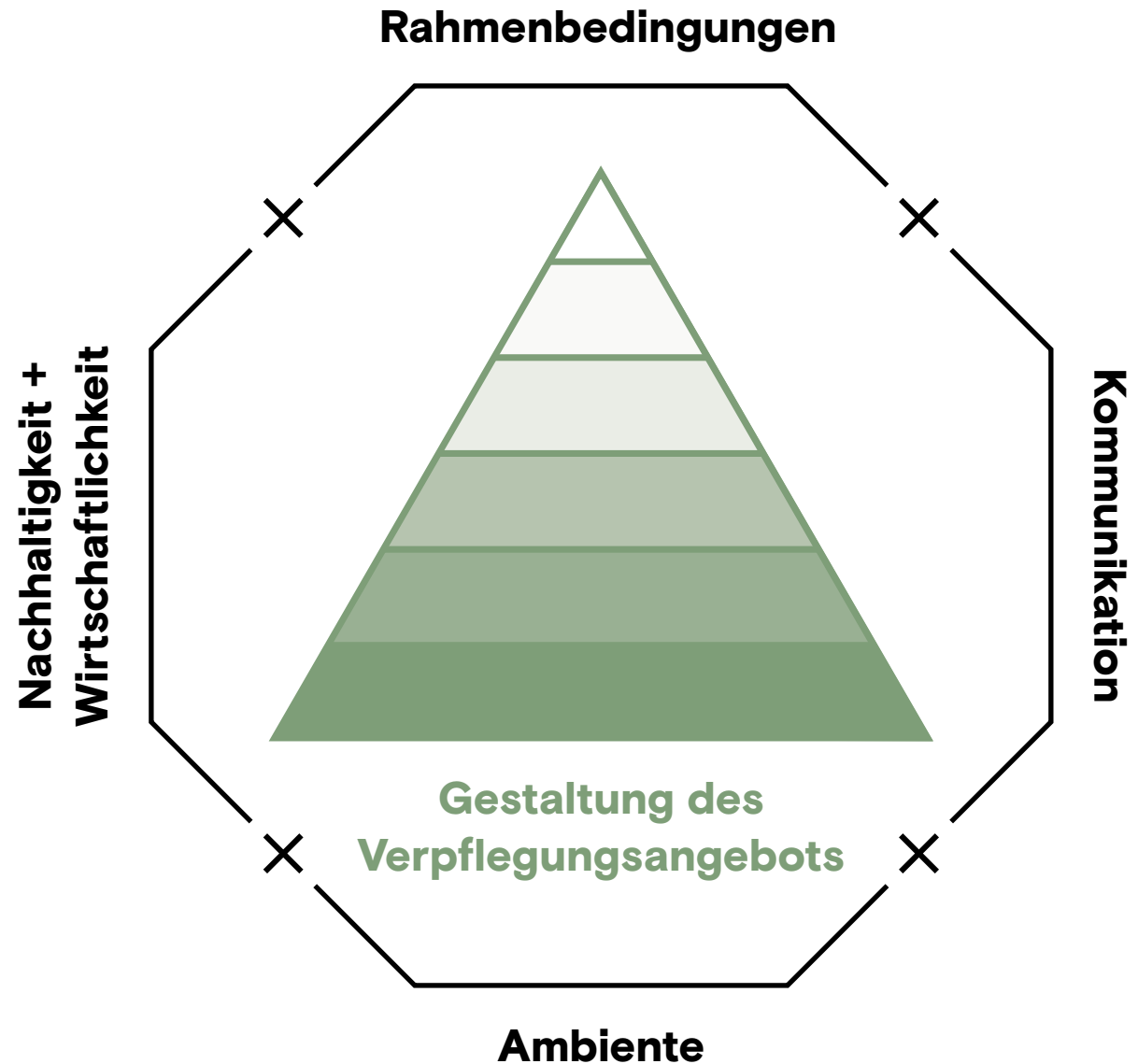
Nachhaltige Umsetzung
des Verbesserungsprozesses
einleiten

- + Gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie
- + Ergebnisse Erfolgskontrolle
 - + Umgesetzte Massnahmen
 - + Diskussion: Rückblick und Ausblick

Gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie



Schweizer Qualitätsstandards SQ GGG



Gestaltung Verpflegungsangebot

- + Abwechslungsreiche Menüplanung
 - + Abwechslungsreiches und ausgewogenes Lebensmittel- und Speiseangebot
 - + Ausgewogene Hauptmahlzeiten (Tellergerichte)
 - + Angepasste Portionsgrößen
 - + Zurückhaltender und bewusster Einsatz von Salz und salzhaltigen Würzmitteln
- Maximal 2,5 g Salz pro Person und Mahlzeit

Gestaltung Verpflegungsangebot



Massnahmen zur Salz-Reduktion

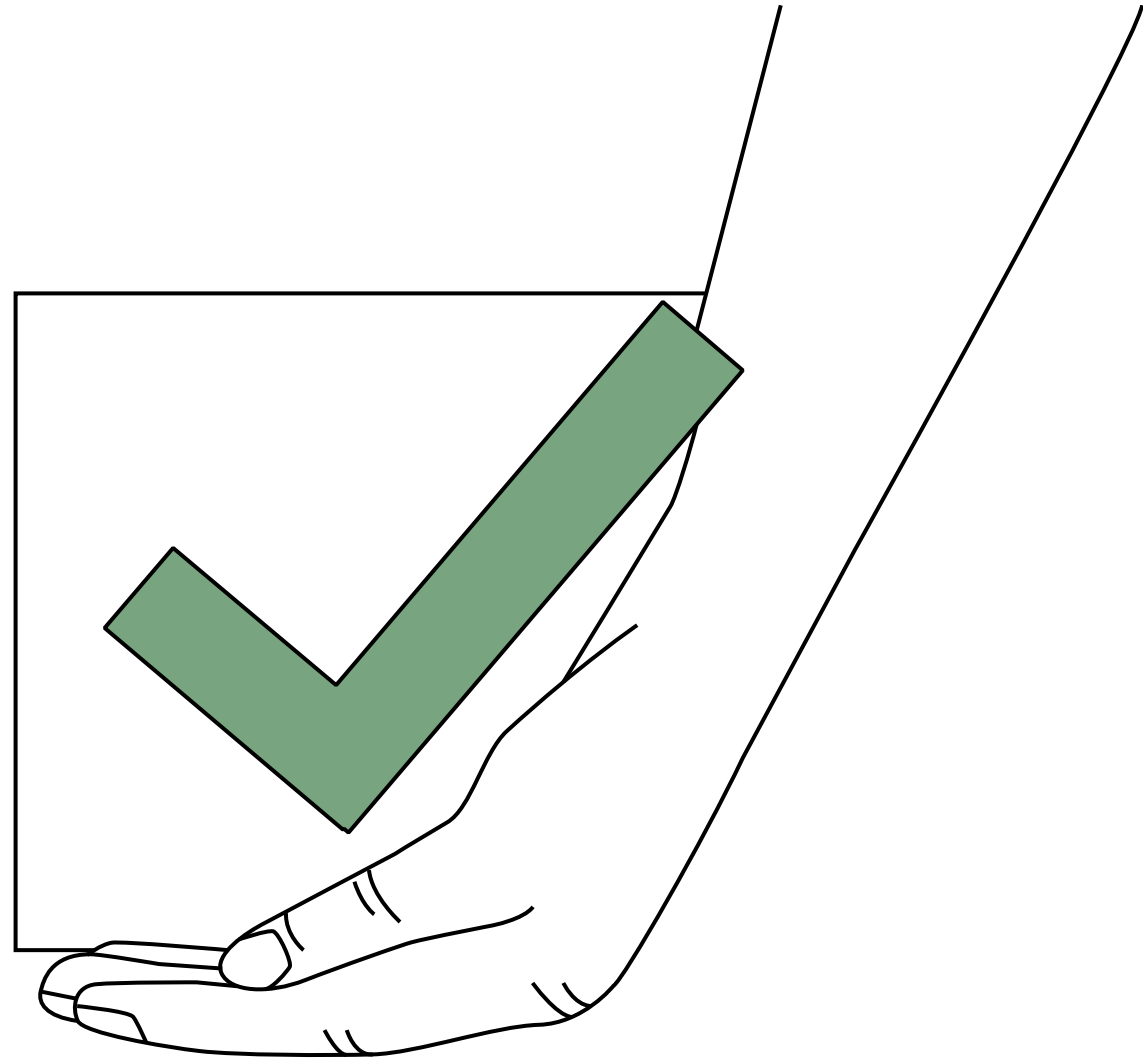
Salzoptimierte Speiseproduktion

→ Prozessvorgaben

Fachbegleitung

→ vor Ort

Ergebnisse Erfolgskontrolle



Ziele Fachbegleitung

- + Schrittweise Reduktion des Salzgehaltes der servierten Speisen → 16 % Reduktion
- + Angebot von qualitativ abwechslungsreichen, ausgewogenen und schmackhaften Mittagsmahlzeiten
- + Bewusste und nachhaltige Umsetzung einer gesundheitsfördernden Gemeinschaftsgastronomie

Umgesetzte Massnahmen

Massnahme geplant	Ergebnis

Diskussion Rückblick

Welche Massnahmen konnten umgesetzt werden, welche nicht?

- + Was war für eine erfolgreiche Umsetzung ausschlaggebend?
- + Wieso konnten einige Massnahmen nicht umgesetzt werden?

Was waren Ihre Erfahrungen, Erfolge, Herausforderungen und Schwierigkeiten?

Diskussion Ausblick

Welche Massnahmen könn(t)en langfristig und nachhaltig im Küchenalltag umgesetzt werden?

- + Welche Massnahmen sind wichtig?
- + Welche Massnahmen sind sinnvoll?
- + Welche Massnahmen sind machbar?

Was können Sie dazu beitragen?

Welche Rahmenbedingungen und Voraussetzungen braucht es dazu?

Fragen



**Herzlichen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit**

